
Subject: Dermaroller Anwendung, Häufigkeit, Länge
Posted by [Alecks](#) on Sun, 14 Feb 2016 06:51:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,
ich benutze Dermaroller, Minox und Ket-Lotion.

Wie sieht die optimale Kombination aus.

Minox hab ich morgens und Abends, zusätzlich Ket für 30-45 Minuten jeden 3x die Woche für 3 Wochen, Dann eine Woche Pause

Wie soll ich nun die Dermaroller ergänzend anwenden.
Ich dachte 1.5 mm alle 2-3 Wochen (Kollagenproduktion / Wundheilung).
1 oder 0.5 mm ? alle 2-3 Tage zur Penetration. (Welche Länge wäre sinnvoller?)

Und nun zur Reihenfolge. Dermaroller für die Penetration vor oder nach der Minox / Ket Anwendung bzw nur an den Tagen, an denen kein Ket verwendet wird?

Subject: Aw: Dermaroller Anwendung, Häufigkeit, Länge
Posted by [littlemassive](#) on Mon, 15 Feb 2016 20:55:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also ich habe es bis jetzt so verstanden, dass der 0,5 mm Dermaroller zur Penetrationssteigerung reicht. Vor der Anwendung benutzen und dann die Lotion auftragen

Subject: Aw: Dermaroller Anwendung, Häufigkeit, Länge
Posted by [JimmyT](#) on Mon, 15 Feb 2016 21:00:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

1.5mm alle 1-2 Wochen würde ich empfehlen. 3 Wochen ist eventuell schon zu selten.
0.5mm alle 2-3 Tage. Ich mach's täglich aber empfehlen sollte ich das aus Sicherheitsgründen wohl nicht. 0.25mm reichen auch.

Erst rollern, dann auftragen.

Ket habe ich nie mit Dermarollern verwendet, aber an sich spricht da nichts dagegen. Ich empfinde Auftragen ohne voriges Nadeln mittlerweile als ordentliche Verschwendung.

Subject: Aw: Dermaroller Anwendung, Häufigkeit, Länge
Posted by [littlemassive](#) on Mon, 15 Feb 2016 21:31:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich meine in einem anderen Beitrag gelesen zu haben, dass Needling vor dem Anwenden der Ket

Lotion sinnvoll wäre. Denkt ihr das auch? Oder ist das dann ein bisschen zu hart. Die Empfehlung ist ja so schon, das ganze nur 30 min drauf zu lassen...

Subject: Aw: Dermaroller Anwendung, Häufigkeit, Länge
Posted by [opti](#) on Mon, 15 Feb 2016 21:51:10 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

littlemassive schrieb am Mon, 15 February 2016 22:31 Ich meine in einem anderen Beitrag gelesen zu haben, dass Needling vor dem Anwenden der Ket Lotion sinnvoll wäre. Denkt ihr das auch? Oder ist das dann ein bisschen zu hart. Die Empfehlung ist ja so schon, das ganze nur 30 min drauf zu lassen...

ich meine das Gegenteil gelesen zu haben. Ket soll entzündungshemmend wirken und bei 1,5mm rollen will man ja darauf hinaus das ein entzündungsprozess entsteht

Subject: Aw: Dermaroller Anwendung, Häufigkeit, Länge
Posted by [littlemassive](#) on Mon, 15 Feb 2016 22:03:04 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Aber 1,5 macht man ja nicht alle 2 Tage wie die Lotion. Ich meinte eher 0,5 vor der jeder Ket Anwendung. Geht das klar?

Subject: Aw: Dermaroller Anwendung, Häufigkeit, Länge
Posted by [Jürgen87](#) on Tue, 23 Feb 2016 12:18:40 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ob das was bei Ket bringt, weiß ich nicht.

Ich mache 0,5mm nur bei Seti.

Subject: Aw: Dermaroller Anwendung, Häufigkeit, Länge
Posted by [haarigerharry](#) on Tue, 23 Feb 2016 13:01:36 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

1.5mm war die indische Studie mit dem krassen Neuwuchsbildern. War aber auch mit Minox gepaart.

1.5mm einmal die Woche ist schon das absolute Maximum. Eigentlich soll man ja in verschiedene Richtung mehrmal drüber fahren, also vertikal, horizontal und dann nochmal über Kreuz (X-förmig). Danach habt ihr für mind. 3 Tage eine rote und schmerzende Kopfhaut. Dann paar Tage später wieder ist schon echt hart. Zumal sich die Kopfhaut noch nicht wirklich wieder normal anfühlt wenn man wieder anfängt sie zu zerstören.

Letztes Mal hatte ich da echt kein Bock mehr, die Schmerzen sind zwar nicht so schlimm aber auf Dauer gehts einem doch auf den Sack. Die Wirkung ist nicht wirklich nachgewiesen worden bisher. Naja, immerhin tuts auch Falten und Narben reduzieren....

Subject: Aw: Dermalroller Anwendung, Häufigkeit, Länge
Posted by [Jürgen87](#) on Tue, 23 Feb 2016 13:45:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

0,5mm nur zur Penetrationssteigerung.

Wounding mache ich schon ordentlich, mit 2,00mm.

Ich habe keine rote schmerzende Kopfhaut, es blutet hier und da, danach ist auch der Juckreiz ersteinmal weg und keinerlei Schmerzen nach der Behandlung.

Nach spätestens 24 Stunden ist alles wieder heil, nichts rot, Wunden verheilt.

Subject: Aw: Dermalroller Anwendung, Häufigkeit, Länge
Posted by [JimmyT](#) on Tue, 23 Feb 2016 16:04:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

haarigerharry schrieb am Tue, 23 February 2016 14:01 1.5mm war die indische Studie mit dem krassen Neuwuchsbildern. War aber auch mit Minox gepaart.

1.5mm einmal die Woche ist schon das absolute Maximum. Eigentlich soll man ja in verschiedene Richtung mehrmal drüber fahren, also vertikal, horizontal und dann nochmal über Kreuz (X-förmig). Danach habt ihr für mind. 3 Tage eine rote und schmerzende Kopfhaut. Dann paar Tage später wieder ist schon echt hart. Zumal sich die Kopfhaut noch nicht wirklich wieder normal anfühlt wenn man wieder anfängt sie zu zerstören.

Letztes Mal hatte ich da echt kein Bock mehr, die Schmerzen sind zwar nicht so schlimm aber auf Dauer gehts einem doch auf den Sack. Die Wirkung ist nicht wirklich nachgewiesen worden bisher. Naja, immerhin tuts auch Falten und Narben reduzieren....

Zur Rollertechnik mal hier:

<http://dermaroller.owndoc.com/dermaroller-instructions.pdf>

Seite 26 unten. Klar, ist keine Studie, aber erfahrungsgemäß haben die bei owndoc schon Ahnung wovon sie reden.

Kein Hin- und Herrollen mehr und kein X/Stern-Muster mehr.

Ansonsten kann ich nur einen Stamp empfehlen. Viel weniger schmerzhaft.

Zitat: Rolling in a star pattern is not recommended any more.

We, like every other dermaroller vendor, used to advise to roll in a star pattern. However, we determined that that is not the optimal technique because if you roll in a star pattern,

the center of the pattern gets a much greater prick density than the periphery. A perfectly uniform prick density can only be achieved when you roll at straight angles, such as only horizontally, or only vertically, or both.

Rolling back-and-forth without lifting the roller is not recommended anymore.

We discovered that the way nearly everybody rolls is responsible for the infamous "scratches" effect, caused by an extreme prick density distributed over narrow "bands", as shown on page 11. If you do not lift the roller after each rolling movement but keep the roller head's needles inside the skin, then the roller will resist sideways movements because there are always needles in the skin, producing a "railway" effect of a train on a track. Then when you

move a few times back & forth, you'll hit the same pricks again and again, causing a locally too high prick density or larger-diameter pricks in the skin. Both are undesirable effects.

Video of the proper dermarolling technique. Please note that she is not moving the roller a fewmm sideways in her example. Sideways movement after each roll is the ideal technique to roll larger skin areas.

The only correct way to roll, achieving a perfectly distributed prick density is to roll horizontally, and after every roll, lift the roller and position it a few millimeters from the previous starting point, repeating the rolling movement and so on, until the entire skin area has been treated. If you want to increase the prick density in case of narrow strips of skin, e.g. on the face, repeat this process under a ninety degree angle as shown on the next page.
